

**ESTA INFORMACIÓN ES PROPORCIONADA POR EL CENTRO DE ORTOPEDIA Y
TRAUMATOLOGÍA ABC SANTA FE**

Fractura de cadera.

Definición

Una fractura de cadera es una ruptura del hueso del muslo justo debajo de la articulación de la cadera. La articulación de la cadera consiste en una bola en la parte superior del hueso del muslo (fémur) y un soporte redondeado (acetábulo) en la pelvis. La mayoría de las fracturas de cadera ocurren en el fémur, una o dos pulgadas debajo de la porción esférica de la cadera.

Causas

Los factores que pueden contribuir a una fractura de cadera incluyen:

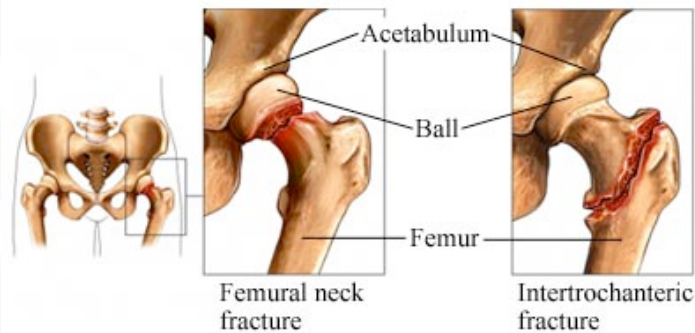
- Caídas, la causa más frecuente de fracturas de cadera
- Osteoporosis - es una enfermedad que adelgaza y debilita todos los huesos incluyendo la cadera
- Accidentes automovilísticos y otros tipos de traumatismos mayores
- Fracturas por esfuerzo excesivo en los atletas (raro)
- Enfermedades óseas tales como la osteomalacia (raro)
- Tumores óseos (raro)

Factores de Riesgo

Un factor de riesgo es algo que incrementa la posibilidad de contraer una enfermedad o padecimiento.

- Fractura de cadera anterior o historial clínico de caídas
- Edad: 65 años o mayores
- Sexo: Femenino (especialmente después de la menopausia)
- Herencia
 - oHistorial clínico de fracturas en la vida adulta
 - oCuerpo delgado con huesos pequeños (peso corporal bajo)
 - oRaza caucásica o asiática

- Otros:
 - oDesnutrición
 - oConsumo y absorción deficientes de calcio y vitaminas
 - oPeso corporal bajo
 - oInactividad física
 - oDebilidad
 - oEquilibrio y coordinación deficientes
 - oFumar
 - oConsumo excesivo de bebidas alcohólicas
 - oEnfermedades crónicas o salud deficiente
 - oRitmo cardíaco irregular o presión arterial baja
 - oArtritis
 - oMal de Parkinson
 - oHistorial clínico de apoplejía
 - oDaños mentales incluyendo Enfermedad de Alzheimer
 - oProblemas de la vista
 - oCiertos medicamentos que provocan mareo, somnolencia o debilidad
 - oCortisona sistémica
 - oExceso de la hormona tiroidea



Síntomas

Los síntomas pueden incluir:

- Dolor de cadera
- Dificultad o incapacidad para permanecer de pie, caminar o mover la cadera
- Apariencia anormal de una pierna fracturada:
 - oParece más corta
 - oSe da vuelta hacia afuera

Programa "Educación para la Salud ABC"

Diagnóstico

El médico le interrogará acerca de sus síntomas, de cómo ocurrió la lesión y después le practicará un examen físico.

Las pruebas podrían incluir:

Rayos X - sirven para determinar con exactitud dónde se fracturó el hueso y cuánto se han dislocado las piezas

Resonancia Magnética (MRI Scan, por su nombre en inglés) - se utiliza si la fractura no aparece en los rayos X, pero los síntomas indican que se ha producido una fractura

Tratamiento

El objetivo es conseguir que usted se ponga de pie tan pronto como sea posible mientras el hueso fracturado sana.

El tratamiento incluye:

Tratamiento inmediato de emergencia

- Retirar todo el peso de la pierna lesionada e inmovilizar la fractura
- Verificar los signos vitales, tales como la presión arterial
- Tratar problemas tales como la pérdida interna de sangre
- Controlar el dolor con analgésicos y otros fármacos

Cirugía

La cirugía se lleva a cabo para ajustar un hueso fracturado y mantenerlo en la posición correcta. Esta puede incluir:

- Insertar una placa quirúrgica y tornillos en el sitio de la fractura
- Reemplazar la cadera con un implante metálico (prótesis), el cual tiene una esfera que encaja en el soporte de la cadera y un tallo fijo que se inserta en el hueso del muslo para mantener el implante en su lugar.

Asistencia Física

- Los ejercicios o la terapia ayudan a recobrar un nivel normal de actividad
- Un bastón o andadera si su médico lo recomienda
- Ayuda con las actividades de la vida diaria hasta que pueda recobrar su actividad normal

Programa "Educación para la Salud ABC"

Prevención

La acción correctiva temprana puede ayudar a aliviar muchos de los factores que conducen a una fractura de cadera. He aquí lo que puede hacer:

- Consumir una dieta con nutrientes para fortalecer los huesos:
 - oCalcio, aproximadamente 1000 miligramos al día, pero consulte a su médico
 - oVitamina D, de 400 a 800 unidades al día
 - oConsumo adecuado de proteínas
- Ejercicio:
 - oConsulte a su médico antes de iniciar.
 - oActividades que impliquen cargar poco peso, tales como caminar
 - oEjercicios de fortalecimiento tanto como para las extremidades superiores como para las inferiores
- Visite a su médico si se encuentra bajo riesgo de padecer de osteoporosis. Los medicamentos preventivos pueden incluir;
 - oTerapia de reemplazo hormonal para mujeres después de la menopausia
 - oBisfosfanatos
 - oCalcitonina
- Pregunte a su proveedor si alguno de sus medicamentos puede contribuir a lo siguiente:
 - oDescalcificación de los huesos
 - oMareo, somnolencia o confusión
- Reducir los riesgos de caídas en el trabajo y el hogar:
 - oLimpiar derrames y áreas resbaladizas inmediatamente.
 - oRetirar objetos que representen peligro de tropiezos tales como cuerdas flojas, alfombras y obstáculos.
 - oUtilizar alfombras antideslizantes en la bañera y en la ducha.
 - oInstalar barras para agarrarse junto al inodoro y la ducha o bañera
 - oColocar rieles a ambos lados de las escaleras.
 - oCaminar solamente en habitaciones, escaleras y pasillos bien iluminados.
 - oMantener linternas a la mano en caso de un corte de electricidad.

ACUERDOS SOBRE SU CUIDADO:

Usted tiene el derecho de participar en la planificación de sus cuidados. Para ayudar en esta planificación; usted debe informarse acerca de su estado de salud y sobre la forma como puede tratarse. De esta manera, usted y sus médicos pueden hablar acerca de sus opciones y decidir el cuidado que se usará durante su tratamiento.